السلطانة

السلطانة

كتيب الطبخ

www.rewity.com/vb
ريتي

هذه الوجبات أعدتها لكم الخبيرتان

صدوف كمال وسيما عثمان

صاحبتا كتاب ألف باء الطبخ

المقدمة

لا يخفى على القرّاء الأعزاء أن حال المرأة في عصرنا قد أصبح مغايراً لما كان عليه في الماضي. فقد كثرت المشاغل داخل البيت، وتعاظمت المسؤوليات بعد أن خاضت الكثيرات ميادين العمل المختلفة. فاضطرت المرأة في بعض الأحيان أو أغلبها للاستعانة بغيرها في مجال الطبخ؛ لتستطيع القيام بدورها الفعال تجاه نفسها وأسرتها ومجتمعها. وإننا لنسعد أن نزف للجميع بشرى ظهور منتجات السلطانة والتي ستساعد كثيراً ربات البيوت بمميزاتها الكثيرة وأهمها:

- أنها جاهزة للإستعمال ومزوّدة بتائمة المحتويات والإرشادات اللازمة لإستعمالها بالطريقة المثلى.
- مرفقة بنشرات مع كل منتج عن أفضل طريقة للتحضير بأسلوب سهل واضح ومبسّط.
- طريقة إعدادها وطعمها أقرب ما يكونا إلى ما أتقناه في الطبخ المنزلي، مع نفحات من لمسات الإبداع والتجديد.
- صحية ومفيدة، طعمها لذيذ وشهي متعددة الأصناف، خالية من المواد الحافظة والكيميائية الضارة و من مشتقات لحم الخنزير والمواد الكحولية. ونكتفي بهذا بتعداد مواصفاتها، دون التشديد على نصيحتكم باستعمالها؛ لأننا على ثقة بأنكم ستنصحون غيركم باستعمالها بعد أن تجرّبوها من أول مرّة ... آجل، فالتجربة خير برهان، والعاقل من يأخذ بأهل الخبرة والذوق استعان.

صدوف كمال و سيما عثمان

www.lovity.com/vb

السلطانة

السلطانة. هي روعة فن الطبخ الشرقي الأصيل

في توليفة حديثة للمرأة العصرية،

حيث ستجد ربة البيت طعم الأصالة العربية

في كل ما تتمناه من الصلصات وخلطات التوابل

والبهارات الفائقة الجودة.

وذلك لتحضير أشهى الوجبات لعائلتها بسرعة وسهولة

مما يكسبها المديح والإطراء.

السلطانة... ستجعل من كل إمرأة عصرية سلطانة في بيتها.

تخضع منتجات السلطانة لنظام المحافظة على الجودة النوعية (HACCP)،

الذي يضمن توفر نواحي السلامة والأمان في تحضير الأطعمة. كما أن

منتجات السلطانة. محضرة من مواد طبيعية مئة بالمئة، وهي خالية تماماً من أي

ملونات أو منكهات إصطناعية أو مواد حافظة، مما يمنح المستهلك وجبة عربية

أصيلة ذات قيمة غذائية متكاملة.

www.rewity.com/vb

الكبسة

المحتويات

بصل، صلصة طماطم، طماطم، عصارة ليمون ، أعشاب عطرية وتوابل (قرفة، ثوم، هيل، فلفل، ورق غار، قرنفل) زيت كانولا ، ملح ، مرقة دجاج (حلال) طبيعية ، سكر، لون طبيعي (صمغ زيتي مستخرج من البابريكا)، ماء .

الكبسة

(١) انقعي ٤٠٠ جم من الأرز

(٢) إقلي ٥٠٠ جم من قطع لحم الضأن وأضيفي إليها مرطبان صلصة الكبسة، غطي القدر واطبخي لمدة ٢٠ دقيقة

(٣) أخرجي قطع لحم الضأن من القدر بعد أن تنضج

(٤) أضيفي الأرز المنقوع والمصفّى إلى المرقة في القدر مع كوبين من الماء، غطيها واتركيها على النار حتى الغليان ، بعدها خففي النار واتركيها لمدة ٢٥-٤٠ دقيقة

(٥) ضعي لحم الضأن على الأرز للتقديم

www.rewity.com/vb
سنو وايت

يخنة الباميـة

المحتويات

بصل، صلصة طماطم، طماطم، عصارة ليمون ، أعشاب عطرية وتوابل (قرفة، ثوم، هيل، فلفل، ورق غار، قرنفل) زيت كانولا ، ملح ، مرقة دجاج (حلال) طبيعية ، سكر، لون طبيعي (صمغ زيتي مستخرج من البابريكا)، ماء .

يخنـة الباميـة

(١) اغسلي واقطعي رؤوس ٢٠٠جم من الباميـة .اقليها مع الزيت حتى يتحول لونها إلى البني الذهبي

(٢) اقلي ٢٥٠جم من قطع اللحم الضاني

(٣) اخلطي اللحم مع الباميـة ثم اضيفي صلصة يخنة السلطانة مع كوب من الماء وحركيها

(٤) اطبخيها ٣٠ دقيقة حتى تستوي

(٥) قدميها مع الأرز

www.rewity.com/vb
سنو وايت

محشي كوسة بالطماطم

المحتويات

طماطم ، صلصة طماطم ، بصل ، ملح ، عصارة ليمون ، مكثّف (E1422) ، نعناع ، فلفل حلو ، فلفل أسود ، ماء.

محشي كوسة بالطماطم

(١) صبّي الصلصة على محشي الكوسة أو الفلفل المحشي أو ورق العنب في القدر

(٢) غطي القدر واطبخي على نار هادئة حتى تنضج الخضروات

(٣) زيّني بحب الصنوبر والأعشاب العطرية الطازجة

www.rewity.com/vb

كبّـــة بلبن

المحتويات

زبادي ، زيت كانولا، عصارة ليمون ، مكثف (E1422) ، ثوم ، سكر ، تعناع ، مكثف (الزانتين) ، لونطبيعي (ديوكسيد التايتانيوم)، احماض طعام (لبن ، ستريك) ، ماء .

كبّـــة بلبن

(١) ضعي صلصة زبادي السلطانة في قدر وأضيفي إليها ٣ أكواب من الماء مع التحريك

(٢) يمكنك إستخدام الصلصة كما تستخدمين صلصة الزبادي المنزلية

(٣) أطبخيها مع الكبة، أو مع محشي الكوسة والفلفل، أو مع الشيشبرك

www.ewity.com/vb
سنو وايت

المكبوس

المحتويات

بصل، صلصة طماطم، طماطم، عصارة ليمون ، أعشاب عطرية وتوابل (قرفة، ثوم، هيل، فلفل، ورق غار، قرنفل) زيت كانولا ، ملح ، مرقة دجاج (حلال) طبيعية ، سكر، لون طبيعي (صمغ زيتي مستخرج من البابريكا)، ماء .

المكبوس

(١) انقعي ٤٠٠ جم من الأرز

(٢) إقلي ٥٠٠ جم من قطع لحم الضأن وأضيفي إليها مرطبان صلصة الكبسة، غطي القدر واطبخي لمدة ٢٠ دقيقة

(٣) أخرجي قطع لحم الضأن من القدر بعد أن تنضج

(٤) أضيفي الأرز المنقوع والمصفى إلى المرقة في القدر مع كوبين من الماء، غطيها واتركيها على النار حتى الغليان ، بعدها خففي النار واتركيها لمدة ٢٥-٤٠ دقيقة

(٥) ضعي لحم الضأن على الأرز للتقديم

www.rewity.com

معكرونة بالبشاميل

المحتويات

زيت كانولا، مكثف (E1422)، ملح ، مكثف (الزانتين)، بهارات (جوزة الطيب ، فلفل أبيض)، مصل اللبن ، لون طبيعي (ديوكسيد التايتانيوم)، ماء.

معكرونة بالبشاميل

(١) أخلطي صلصلة بشاميل السلطانة مع كوب من الكريمة الطازجة في قدر وحركيها. استخدميها في الحال، ولتماسك القوام حمّريها لمدة دقيقة أو حتى تحصلي على التماسك المطلوب. وللتماسك الرقيق أضيفي قليلاً من الماء مع التحريك

(٢) أغلي ٢٥٠جم من المكرونة، صفّيها من الماء ثم أخلطيها مع صلصة البشاميل وكوب من القطر المقطع

(٣) أقلي ٢٥٠ جم من شرائح اللحم وأضيفيها إلى الخلطة

(٤) ضعي الجبنة الميشورة على الخلطة في صينية وأدخليها في الفرن على درجة ١٨٠م ولمدة ٢٠ دقيقة أو حتى تنضج

(٥) زيّني بالبقدونس

إقتراح الطاهي

أضيفي كوب من الكريمة الطازجة واحصلي على البشاميل البيتية لتحضير اللزانيا.

www.revity.com/vb

معكرونة بالفرن

المحتويات

صلصة طماطم ، سكر ، ملح ، مكثف (E1422)، بصل ، عصارة ليمون ، أوراق زعتر ، ثوم ، فلفل أسود ، ورق غار ، ماء.

معكرونة بالفرن

(١) اسلقي ٢٥٠جم سباجيتي وصفّيها من الماء

(٢) إقلي ٥٠٠جم من لحم الضأن المفروم و أضيفي محتويات صلصة طماطم السلطانة وحرّكيه حتى ينضج

(٣) أضيفي السباجيتي إلى اللحم والصلصة واخلطي جيداً

(٤)ضعي الخلطة في صينية وغطّيها بالجبن المبشور وضعيها بالفرن لمدة ١٥دقيقة، في درجة حرارة ١٧٥ مئوية

www.rewity.com/vb

دجاج بالليمون والثوم

المحتويات

عصارة ليمون ، خل ، أعشاب عطرية وتوابل (ثوم ، فلفل أبيض ، سكر، زعتر ، بقدونس) ملح ، مكثف (E1422) ، زيت ليمون طبيعي ، مكثف (الزانتين) ، زيت ثوم طبيعي ، ماء .

دجاج بالليمون والثوم والأعشاب

(١) انقعي قطع الدجاج في التوابل واتركيها لمدة ساعة

(٢) اطبخيها على شواية أو المقلاة أو الفرن

(٣) امسحي بالتوابل أثناء الطبخ

www.rewity.com/vb
سنو وايت

دجاج تيـكا

المحتويات

أعشاب عطرية وتوابل (ثوم ، زنجبيل ، كزبرة ، كمون ، كركم ، فلفل أحمر) خل ، عصارة ليمون ، سكر ، ملح ، زيت كانولا ، معجون طماطم ، مكثف (E1422) بصل ، لون طبيعي (بابريكا اوليوريسين) ، ماء.

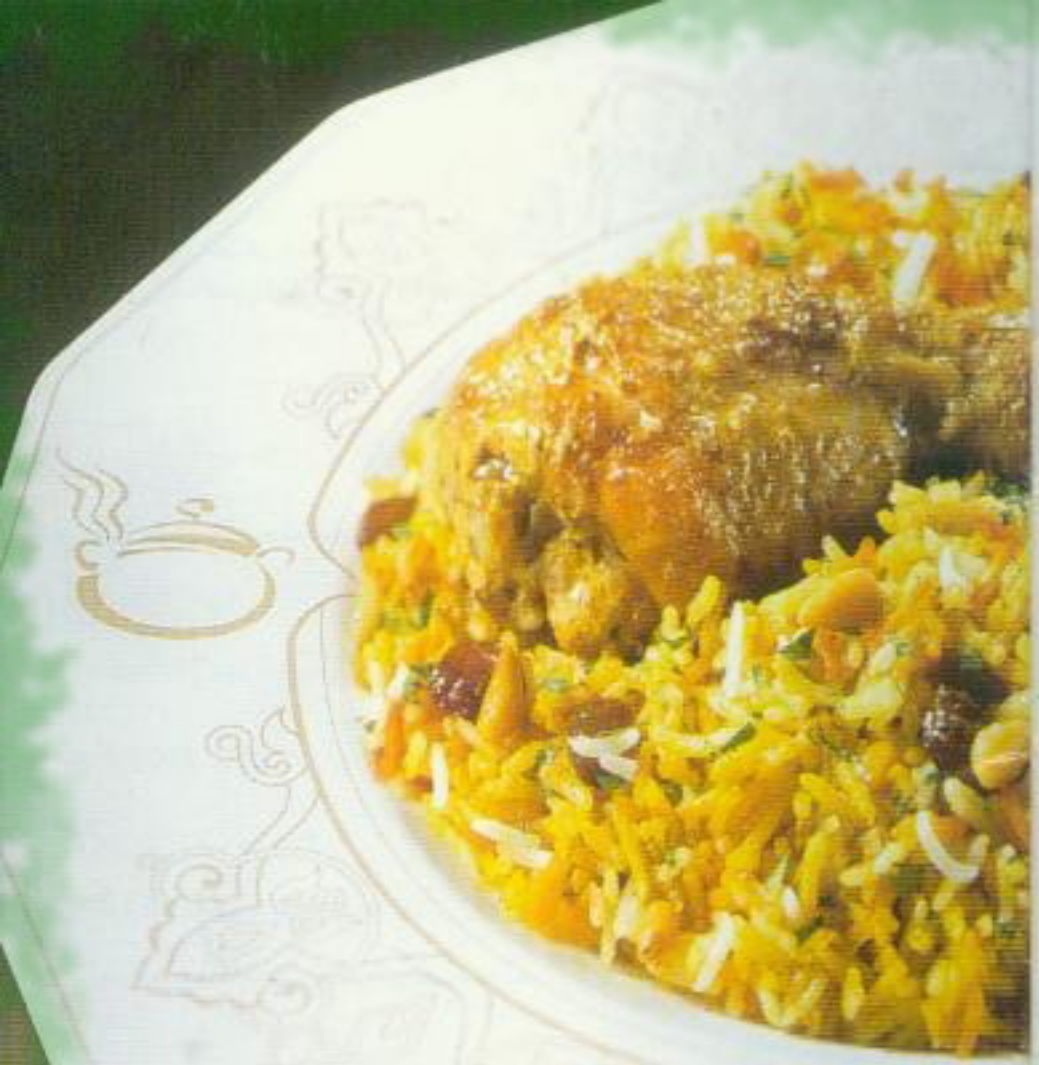
دجاج تيـكا

(١) أخلطي قارورة توابل التيكا مع كوب من الزبادي

(٢) صبي الخليط على أسياخ أو قطع الدجاج ودعيها بصلصة توابل التيكا لمدة ساعة (يفضل طوال اليوم)

(٣) أطبخي الدجاج في الباربيكيو أو الشواية أو المقلاة مع الدهن المتواصل بصلصة توابل التيكا

www.rewity.com/vb
سنو وايت



بـريـانـي اللحـم

المحتويات

أعشاب عطرية وتوابل (كركم ، ثوم ، قرفة ، قرنفل ، هيل، كمون ، كزبرة ، زنجبيل ، فلفل أسود ، فلفل أحمر ، ورق غار ، زعفران) عصارة ليمون ، ملح ، زيت كانولا ،سكر ، مكثف (E1422)، ماء .

بـريـانـي اللحـم

(١) أطبخي ٤ أكواب من الأرز البسمتي مع الزبدة والملح

(٢) حمّري كوبين من البصل المقطع الناعم مع ٥٠٠ جم من قطع لحم الضأن

(٣) أخلطي ٤ ملاعق كبيرة (نصف برطمان) من توابل البرياني مع كوب من الزبادي مع البصل واللحم وحمّري لمدة ١٥ دقيقة

(٤) ضعي كل المحتويات طبقات في طبق بغطاء وضعيه بالفرن على درجة ١٨٠ مئوية لمدة ٣٠ دقيقة

(٥) أخرجيه من الفرن وزيّنيه بالجوز والكزبرة

إقتراح الطاهي

جرّبي معجون التوابل مع لحم الدجاج بدلاً من لحم الضأن أو الماعز.

www.rewity.com

كوزي اللحم

المحتويات

عصارة ليمون ، أعشاب عطرية وتوابل (ثوم ، كزبرة ، زنجبيل ، هيل ، قرنفل ، قرفة ، كمون ،فلفل أسود) ، ملح ، زيت كانولا ، مثبّت (E1422) ، ماء .

كوزي اللحم

(١) خذي فخذ حمل وامسحيه بمعجون توابل الكوزي واتركيه يتشرّبه لمدة ساعة (يفضّل طوال الليل)، ثم ضعيه في الفرن لمدة ٩٠ دقيقة على درجة حرارة ١٨٠مئوية ٣٥٠ فهرنهايت

(٢)أطبخي كوبين من الأرز بإضافة بعض مرقة فخذ الحمل

(٣) ضعي الأرز في طبق كبير وزيّنيه باللوز وقطع البصل المحمّر، ثم ضعي فوقه اللحم وقدّميه

www.rewity.com/vb

أرز الصيادية

المحتويات

عصارة ليمون ، أعشاب عطرية وتوابل (كركم ، كزبرة ، كمون ، قرفة ، فلفل أسود ، هيل ، ورق غار) ملح ، زيت كانولا ، مكثف (E1422)، ماء.

أرز الصيادية

(١) انقعي ٣ أكواب من الأرز

(٢) قطعي بصلتين كبيرتين واقليهما ، أضيفي ٤ ملاعق صغيرة من معجون توابل الصيادية ، و٤ قطع فيليه سمك إلى المقلاة الساخنة

(٣) أضيفي كوباً من الماء ثم اطبخي المحتويات ٢٠ دقيقة مع تغطيتها

(٤) أخرجي السمك وأضيفي الأرز مع كوبين من الماء إلى المَرق، أطبخي ٢٠-٣٠ دقيقة مع التغطية

(٥) قدمي الأرز مع السمك

www.rewity.com/ روابط

طعم الأصالة العربية

تشكيلة السلطانة

www.rewity.com/vb
سنو وايت

إن المنتجات الغذائية مثل السلطانة، التي تتبع نظام المحافظة على الجودة النوعية (HACCP)، للوصول بالمنتج إلى الحالة النهائية، توفر نواحي السلامة والأمان في تحضير الأطعمة.

د. خالد المدني
استشاري التغذية

تعد منتجات السلطانة من المنتجات الغذائية سهلة التحضير، طبيعية، صحية ومنخفضة السعرات الحرارية، وهي بالتالي تساهم في تحضير وجبات صحية بطريقة عملية ومريحة.

أمل كنانة
أخصائية تغذية علاجية
CD, RD

www.rewity.com/vb
سنو وايت

للمزيد من الطبخات الحصرية زوروا موقعنا
www.rewity.com/vb
للمزيد من الطبخات الحصرية زوروا موقعنا
www.rewity.com/vb
للمزيد من الطبخات الحصرية زوروا موقعنا
www.rewity.com/vb